

授業デザイン FIRST STEP —小学校学校保健—

1 養護教諭が学級活動等の授業へ参加することの意義

学級活動に限らず、養護教諭が授業へ参加することの意義としては、次のようなことがあります。

- 1 児童の健康実態や生活実態を授業へ反映させることができる。
- 2 授業中の児童の姿を知ることができる。
- 3 ※1「ガイダンス」から※2「カウンセリング」への架け橋となることことができる。



「学校保健の課題とその対応」を基に作成

※1「ガイダンス」…主に集団の場面で必要な指導や援助を行うこと。

※2「カウンセリング」…個々の児童が抱える課題を受け止めながら、その解決に向けて、主に個別の会話・面談や言葉掛けを通して指導や援助を行うこと。

2 健康課題解決のための保健教育の進め方の手順と各段階のポイント

手順に沿って、各段階のポイントを押さえているか□に✓を付けて確認しましょう。

授業前の取組	<p>① 教科等横断的な視点で保健教育全体について確認します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 保健教育について、体育科保健領域や特別活動、関連する教科等の内容を確認している。 <input type="checkbox"/> 幅広い保健教育のニーズに対応できるように、常時、健康や保健に関する情報を収集している。
	<p>① 授業する学年、学級が決まったら担任との打合せを行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 担任や他の教職員との情報交換から、児童の実態を把握している。 <input type="checkbox"/> 健康診断結果や、保健室利用状況、保健調査等から児童の健康課題を把握している。 <input type="checkbox"/> 児童が自分の生活に結び付けて考えることができるように、事前アンケートの結果を踏まえ、資料や教材を工夫して作成している。 <input type="checkbox"/> 担任と養護教諭それぞれの特性を生かした指導分担を決め、授業の計画を立てている。
授業	<p>② 授業では、養護教諭の専門性を生かして、事前に決めた指導分担を基に児童の健康実態や生活実態を授業に反映させます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 授業の「導入」の場面では、事前アンケートの結果等の児童の実態を提示し、「めあて」につなげている。 <input type="checkbox"/> 養護教諭の専門性を生かした資料や教材を提示している。 <input type="checkbox"/> ペアやグループなどで、考えや意見などを「話し合う」場面では、活動が止まっている児童に個別に声を掛け、活動を促す。 <input type="checkbox"/> 「まとめ」の場面では、養護教諭や保健室の役割を伝え、授業後の個別支援や保健指導につなげる。
授業後の取組	<p>③ 授業を振り返って、授業後の児童の様子について、担任と情報交換を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 授業後に、担任と情報交換を行い、指導内容の評価と改善を行っている。 <p>④ 授業の内容を児童や保護者へ周知し、実践意欲の継続化を図ります。</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 授業の内容を、保護者に伝える取組をしている。

上記の手順と留意点を踏まえた授業デザインの具体(例)を次に示します。



授業デザインの具体（第6学年 学級活動(2)「よりよい生活」を例に）

授業前の取組

- ① 教科等横断的な視点で保健教育全体について確認します。

学習指導要領解説 特別活動編の内容(学級活動の2「内容」) p.46～

- 2 内容 (2) 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全
ウ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成
現在及び生涯にわたって心身の健康を保持増進することや、事件や事故、災害等から身を守り安全に行動すること。



3年生の体育科保健領域や6年生の家庭科では、健康な生活や家族・家庭生活についての課題と実践について学習しているから、関連付けて説明をすると理解しやすいかもしれないわ。

- ① 授業する学年、学級が決まったら担任との打合せを行います。

- ・担任との情報交換を行い、資料や教材を決めます。



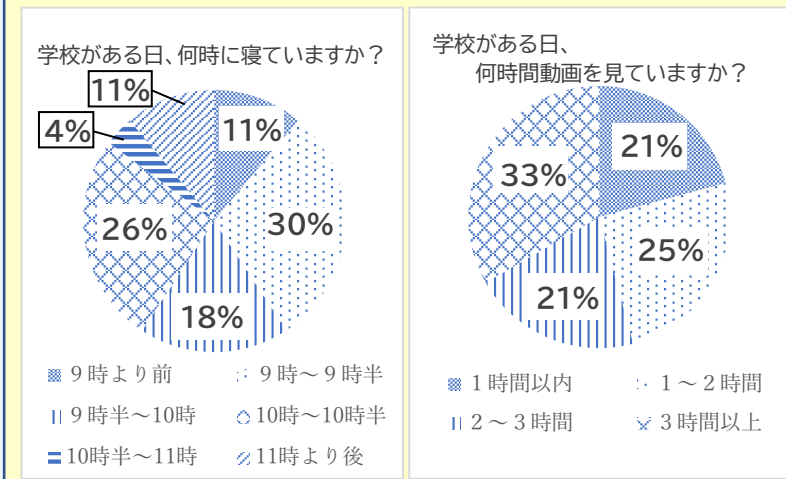
最近、ゲームや動画の視聴で睡眠不足の子が多いのよね…。朝起きることができなくて、遅刻や欠席をする子もいるし…。

体調不良での保健室来室者からは、朝食を食べていない、夜更かしをしていると聞くこともあります。自分の生活を振り返り、自分の課題に合った目標を決めて、実践できるといいですね。



- ・事前アンケートの結果等から、児童の実態を把握します。

「生活アンケート」、「事前ワークシート」等を使って児童の生活状況を把握します。



記述による事前アンケート結果

生活の仕方ですぐに気をつけていること

- ・朝ご飯は絶対に食べる
- ・早く寝る
- ・ゲームの時間を守る

体調に関して最近困っていること

- ・頭やお腹が痛くなる
- ・疲れやすい



これまでの授業で健康の重要性は分かっているみたい。学びが実践に結び付くといいな。

実践のための具体的な解決方法を児童自ら考えることで、自分の生活に結び付けることができるといいですね。



授業

② 授業では、養護教諭の職務の特質と専門性を生かして、事前に決めた指導分担を基に児童の健康実態や生活実態を授業に反映させます。

・授業の「導入」の場面では、事前アンケートの結果等の児童の実態を提示し、「めあて」につなげる。

本時のねらい

心身の健康の保持増進ためには、よりよい生活の確立が不可欠であることに気付き、自分の課題に合った目標を決めることができる。

本時のめあて

生活を振り返り、よりよい生活のための自分の目標を決めよう！

・養護教諭の専門性を生かした説明や助言を行う。

【専門性を生かした説明や助言】

ゲームや動画視聴の時間が長くなって睡眠時間が短くなると、どのようなことが起こると思いますか？

頭がぼーっとするんじゃないかな。 すっきり起きられないと思う。

どうしてそうなるのでしょうか？保健室の先生に聞いてみましょう。

ゲームや動画視聴の影響として、スマートフォンのブルーライトによるメラトニン抑制やゲームや動画による脳への刺激で、活発化することが挙げられます。その結果、睡眠不足になり、免疫力の低下や記憶が定着しにくいことから学力低下を招くことになります。

へー！そうだったんだ！ だから、睡眠って大切なんだね。

そうですね。だから、寝る前はゲームや動画視聴を控えるとよいですね。

これからは早く寝て、寝る前はスマートフォンを使わないようにしましょう！

・「終末」の場面では、養護教諭の役割を伝え、授業後の個別支援や保健指導につなげる。

保健室に生活についての掲示物を貼っているので、見に来てください。保健室は、健康や生活に関係のある本や資料も置いています。何か困ったことや悩みがあるときはお話に来てくださいね。

今日は、事例に対する解決方法を話し合うことで、自分自身の生活も振り返り、自分の課題に合った目標を決めることができましたね。まずは1週間、取り組んでみましょう。

授業後の取組

③ 授業を振り返って、授業後の児童の様子について、担任と情報交換を行います。

・授業後に、担任と情報交換を行い、指導内容の評価と改善を行う。

授業後の児童の様子はいかがでしょうか。保健室来室者からは、生活を改善するための相談があったり、動画視聴時間を減らして早く寝るようにしているといった取組について話をしてくれたりしています。

教室では、少し体調不良者や遅刻者が減りました。また、就寝前の過ごし方や朝食の内容等が児童同士の話題に上がることもあるようです。

④ 授業の内容を児童や保護者へ周知し、実践意欲の継続化を図ります。

授業後は、保健室に生活に関する掲示をして、来室した児童が誰でもよりよい生活について考えたり、授業内容を振り返ったりできるようにします。また、学級通信や保健便りに授業の様子を記載することで、授業での取組を保護者に伝え、家庭との連携を図ることができます。

掲示板等を利用して児童へ

保健室前の掲示板などに、朝食欠食や睡眠不足、長時間のゲーム、動画視聴等が身体に与える影響と生活を整えるためのポイントを掲示して、児童が興味をもつことができるようにします。授業後には、6年生がほかの児童に教える姿も期待できます。



学級通信や保健便り等を利用して保護者へ

保護者の方へ

先日、6年1組の学級活動「生活を振り返り、よりよい生活のための自分の目標を決めよう！」の授業を担当の先生と一緒にしました。授業の中で伝えた生活を整えるポイントについて少し説明します。

よりよい生活を送るためには、うまくいかない原因を解決することが大切です。例えば、寝る時間が遅くなる原因として、ゲームや動画視聴等があります。時間を短くする、時間を決めるという方法はすぐ思い付きませんが、なかなかうまくいきません。子供たちからも「動画を見ていたら面白くて、気付いたらあっという間に時間が経っている」という話が聞かれました。時間を短くするために、時間になったらお家の人にスマートフォンを預かってもらう、タイマーをかけるようにする等、具体的な解決方法を自分で考えて、目標を決める必要があります。

子供たちは、自分の生活を振り返り、よりよい生活を送るために自分で目標を考えて実際に取り組んでいます。ぜひ、御家庭でもお子様とお話され、その様子を学校までお知らせいただけると有り難いです。

3 授業に参加するときの保健室のバックアップ体制について

授業に参加する際には、事前に校内の共通理解を図り、養護教諭不在時の保健室の利用や緊急時の対応について全職員で確認し、バックアップ体制を整えておくことが大切です。

- ・管理職へ … 保健室不在の日時を事前に報告する。授業の学年・内容についても報告する。保健室登校児童がいる場合、職員間で情報を共有して対応する。
- ・教職員へ … 行事黒板等で職員へ周知する。
- ・児童へ … 保健室前等に掲示する。個別対応中の児童がいる場合、直接伝える。



小学校第6学年 学級活動(2) 指導案

1 題材「よりよい生活」

学級活動(2)ウ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成

2 題材について

(1) 児童の実態

(略)

(2) 題材設定の理由

・題材設定理由

児童は、これまでに体育科保健領域や家庭科等で健康な生活や家族・家庭生活についての課題と実践について学んできており、知識として理解はしているものの、実践に結び付いていない現状がある。中学校では、勉強や部活動、習い事等で、より忙しい毎日を送ることになると予想される。中学校に入学する前に、改めて自分の生活を見直し、心身の健康を高める生活を送ることができるように、この題材を設定した。

・本題材における指導の工夫と評価との関わり

学級担任と養護教諭で連携を図り、児童が自己の生活上の課題に気付き、多様な意見を基に、自ら解決方法を意思決定することができるようにする。具体的には、まず「生活アンケート」の結果から児童が自分自身の生活を振り返り、現状を知ることができるようにする。次に、児童の生活に沿った架空の事例から課題を見付け、解決方法を考えることができるようにする。その後、グループで話し合った解決方法を基に自分の生活を見直し、課題解決に向けて具体的な手立てを考えることで実践へとつなげたい。

評価との関わりとして、見付けた課題に対してグループで話し合う活動を通して、自分の課題に合った目標を決めることを評価規準とすることで、より実践に向けた意思決定となり、実践につながる学級活動としたい。

3 第5学年及び第6学年の評価規準

よりよい生活を築くための知識・技能	集団や社会の形成者としての思考・判断・表現	主体的に生活や人間関係をよりよくしようとする態度
日常生活への自己の適応に関する諸課題の改善に向けて取り組むことの意義を理解し、健全な生活を送るための知識や行動の仕方を身に付けている。	日常生活への自己の適応に関する諸課題を認識し、解決方法などについて話し合い、自分に合ったよりよい解決方法を意思決定して実践している。	自己の生活をよりよくするために、見通しをもったり振り返ったりしながら、自主的に課題解決に取り組み、他者と信頼し合ってよりよい人間関係を形成しようとしている。

4 事前の指導

児童の活動	指導上の留意点	◎目指す児童の姿 【観点】〈評価方法〉
自分の生活を振り返り、1日の生活について事前ワークシートと生活アンケートに記入する。 (生活アンケートは、1人1台端末を活用することも考えられる。)	・朝食や下校後の過ごし方、就寝時間等について調査し、表やグラフにまとめる。 ・これまでの自分の生活を振り返る時間を設け、課題への意識を高めることができるようにする。	◎自分の生活を進んで振り返ろうとしている。 【主体的態度】 〈アンケート〉

5 本時のねらい

心身の健康の保持増進のためには、よりよい生活の確立が不可欠であることに気付き、自分の課題に合った目標を決めて、実践できるようにする。

6 本時の展開

	児童の活動	指導上の留意点		資料
		T 1（学級担任）	T 2（養護教諭）	
導入 つかむ	1 「生活アンケート」の結果を基に、生活の現状を知る。 (3分)	<ul style="list-style-type: none"> ・養護教諭の職務の特性や専門性を生かし、本時の授業には養護教諭が授業に参加することを伝える。 ・学級担任から見た児童の現状や様子を振り返り、伝える。 ・事前ワークシートを振り返るように伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・本時の学習につなげるために、3年生の体育科保健領域や6年生の家庭科での学習内容について想起できるようにする。 ・生活アンケートの結果を提示し、生活を改善した方がよい部分に着目できるようにする。 ・自分たちのアンケート結果を用いることで、一人一人が自分の問題として捉えることができるようにする。 	生活アンケートの結果（スライド資料）
本時のめあて：生活をふり振り返り、よりよい生活のための自分の目標を決めよう！				
展開 さぐる	2 架空の事例（みゆきさんの生活）について、よいところと改善すべきところを見付け、発表をする。 (9分)	<ul style="list-style-type: none"> ・思い付かない児童は、近くの児童と話してもよいことを伝える。 ・個人で考えた改善すべきところについて学級全体で共有を図る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・児童の健康課題に基づいた事例の提示をする。 ・机間指導を行い、改善すべきところが見付けられない児童には自分の生活と共通するところを書くように促す。 	事例の紹介資料（スライド資料）
		<p>【事例】みゆきさんの1日の過ごし方（習い事がない日）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 7：30 起きる 牛乳を1杯飲んで、学校に行く 〈 学校 〉 ・ 16：15 帰宅しておやつにジュースを飲み、スナック菓子を食べる ・ 16：30 外で遊ぶ ・ 17：00 お手伝いをする ・ 17：30 ゲームをする ・ 20：00 夜ご飯を食べて、お風呂に入る ・ 21：00 動画を見る ・ 22：30 宿題をする ・ 23：00 寝る 		
	3 睡眠不足や朝食欠食等の影響について知る。 (5分)	<ul style="list-style-type: none"> ・よりよい生活の大切さを自分事として捉えることができるようにするために、共有した改善すべきところと児童の実態との共通点に目を向けることができるよう促す。 	<ul style="list-style-type: none"> ・発表された改善すべきところを取り上げて、よりよい生活の大切さについて説明をする。 ・睡眠不足や朝食欠食等が身体に与える影響について専門的知識を交えて説明をする。 	よりよい生活についての提示資料（スライド資料）

<p>見つける</p>	<p>4 架空の事例（みゆきさんの生活）をよりよくするための具体的な解決方法を話し合い、共有する。 (18分)</p>	<ul style="list-style-type: none"> みゆきさんが改善すべきところを教えてもらっても改善することが難しいと思っていることを伝え、その原因について考えるように促す。 	<ul style="list-style-type: none"> 具体的な場面を想起できるように、T1とロールプレイを行い、「みゆきさんの困っていること」に着目できるように声を掛ける。 例)「朝ご飯を食べた方がいい」→「朝、時間がない。おなかもすいていない。」 	
<p>☆みゆきさんが困っていること</p> <ul style="list-style-type: none"> 朝ご飯を食べる時間がない。朝、食欲もない。 学校から帰ってきたら、おなかすいていておやつを食べすぎてしまう。 ゲームや動画がおもしろくて、気付いたら時間が経っている。 夜、なかなかおなか減らない。 宿題を寝る前に思い出して、夜遅くに宿題をしている。 最近、黒板が見えにくくなった気がする。 授業中、眠くなってしまって、テストの点数も下がってきた。 		<ul style="list-style-type: none"> 個人でワークシートに記入する時間を取り、その後グループで話し合うように伝える。 全体で共有しやすいようグループで出し合った解決方法を付箋に書くように伝える。 グループで出し合った生活をよりよくするための解決方法について学級全体で共有を図る。 	<ul style="list-style-type: none"> 机間指導を行い、解決方法を見付けることができない児童に養護教諭として経験した好事例の紹介をする。 グループで書いた付箋を分類しながら黒板に貼る。 	
<p>終末 決める</p>	<p>5 本時の学習を振り返り、自分の課題を考え、目標を発表し合う。 (10分)</p>	<ul style="list-style-type: none"> 自分の生活を振り返って、よりよい生活にするための具体的な目標を決め、実践カードに記入するように伝える。 隣の席の友達と目標を発表し合うことで、互いに励まし合って努力できるようにする。 目標を意識して1週間実践し、結果や感想を実践カードに記入することを伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> 机間指導を行い、事例に対する解決方法を参考にして、具体的な目標を書くことができるように「いつ、どこで、何を、どのようにするのか」を明らかにした解決方法となるように助言をする。 目標を隣の席の友達に発表をすることで、行動への決意を高める。 養護教諭や保健室の役割を伝え、誰でも来室してよいことを伝える。心身の健康について心配なことがあるときや今回の実践でうまくいかなかったとき等、養護教諭等に相談してよいことを伝える。 	<p>実践カード</p>

7 本時の評価規準と判定基準

◎目指す児童の姿【観点】〈評価方法〉	判断のポイントと指導の手立て
<p>◎心身の健康の保持増進のためには、よりよい生活を送ることが大切であると知り、見付けた課題に対してグループで話し合う活動を通して、自分の課題に合った目標を決めることができる。 【思考・判断・表現】 〈話し合いの様子、ワークシート〉</p>	<p>「十分満足できる」状況（A）と判断するポイント ○心身の健康の保持増進のためには、よりよい生活を送ることが大切であると知り、見付けた課題に対してグループで話し合う活動を通して、自分の課題に合った具体的な解決方法を加えた目標を決めることができる。 「努力を要する」状況（C）と判断される児童への指導の手立て ●板書に書かれた解決方法を確認し、参考にするよう助言する。</p>

8 事後の指導

児童の活動	指導上の留意点	◎目指す児童の姿 【観点】〈評価方法〉
意思決定した目標を意識して実践する。	<ul style="list-style-type: none"> ・帰りの会などで学級担任から声掛けを行った、友達同士で取組を確認し合う時間を設けたりして、実践への意欲付けとなるようにする。 ・学級通信で実践カードの紹介をすることで、保護者の協力を得ることができるようになる。 	◎今後のよりよい生活についての見通しをもち、自分の課題を解決しようとしている。 【主体的態度】 〈実践カード・観察〉
実践について振り返る。	<ul style="list-style-type: none"> ・実践した後に振り返る時間を設け、継続した取組になるように助言をする。 	

9 板書計画

め：生活をふり返り、よりよい生活のための自分の目標を決めよう！

つかむ

◎生活アンケートの結果

さぐる

◎みゆきさんの改ぜんすべきところ ◎よりよい生活にするために

- ・朝ご飯が少ない
- ・寝るのがおそい
- ・ゲームの時間が長い
- ・宿題をするのがおそい
- ・おやつを食べ過ぎている
- ・運動をしていない

見つける

◎みゆきさんがよりよい生活を送るための解決方法

朝ご飯

早寝

ゲーム

決める

みんなで考えた解決方法を参考にして、
自分の生活をよりよくするための目標を決めましょう！

よりよい生活について説明した
スライドをカラー印刷したもの

◎みゆきさんがよりよい生活を送るための解決方法（例）

- ・おうちの人に協力してもらう
- ・ゲームやスマホを預かってもらう
- ・夜ご飯をあまり遅くに食べないようにする
- ・おうちの人と約束を決める
- ・おやつを食べ過ぎない
- ・学校から帰ってきたらまず宿題をする
- ・外に出かけてみる
- ・読書をする 等

生活アンケートの結果のグラフを
カラー印刷したもの